



STAGE ARTHUR CLERGET



DANS LE CADRE D'OCTOBRE ROSE ET DE SON ACTION PRÉVENTION SANTÉ, LE COMITÉ 54 JUDO ORGANISE UN STAGE VÉTÉRANS ET ENSEIGNANTS

Dimanche 16 Octobre 2022
Pont-à-Mousson
Centre des Sports Bernard Guy
Accueil à partir de 9h30

Inscription extranet obligatoire.
Tous niveaux, Vétérans et Enseignants
Plus de renseignements : cd54judo.fr



PROGRAMME

**Stage orienté judo
santé.**

**Ouvert aux vétérans de
tous niveaux et aux
enseignants.**

**Ouvert aux licenciés
CFJJB sur inscription
par mail préalable.**

Horaire	Dimanche 16
9h30 – 10h	Accueil des participants
10h – 11h	Taïso / Psychomotricité sol
11h – 12h	Ne Waza
12h – 12h30	Mondo 1
12h30 – 14h	Pause repas
14h – 15h	Taïso / Psychomotricité debout
15h – 16h	Tachi Waza
16h – 16h30	Mondo 2
16h30 – 18h	Retrait des tatamis

Participation libre, minimum 10€ pour les personnes non licenciées
FFJDA dans le 54,

Bénéfices reversés à la **Ligue Contre Le Cancer**

Inscription obligatoire sur l'extranet (par mail pour les licenciés CFJJB)

Pour plus d'informations : cd54judo.fr / secretariat@cd54judo.fr

